



大浦Lovers

長崎市立大浦小学校
校長 中尾 善蔵



運動会の練習が佳境です！

運動会もいよいよ間近に迫り、子供たちは本番に向けて練習に励んでいます。日に日に上達していく子どもたちの姿は、私たち教職員の喜びであり、運動会当日がますます楽しみになっております。

しかしながら、この時期は気温も上昇し、熱中症の危険が高まる時期でもあります。（明日、火曜日から気温が上昇する予報です。）

学校では、こまめな水分補給や休憩、体調管理に十分注意しながら練習を進めていきますが、ご家庭におかれましても、次の点にご留意いただき、子供たちの健康管理にご協力をお願いいたします。



1 ご家庭における熱中症の注意について

(1) 服装について

吸湿性・通気性の良い素材の衣服を選び、締め付けの少ない、ゆったりとした服装を心がけてください。

(2) 水分補給について

のどが渇く前にこまめに水分補給を促してください。激しいスポーツ時は、水やお茶だけでなく、スポーツドリンクなども適宜活用してください。

(3) 休養について

疲れている様子が見られたら、無理をさせず十分に休ませてください。

(4) 体調観察について

日頃からお子様の体調を観察し、少しでも異変を感じたら、無理せず休ませ、必要に応じて、医療機関を受診ください。

2 朝食、寝不足、脱水状態について

特に、以下の3点は熱中症のリスクを高める要因となりますので、ご協力をお願いいたします。

朝食：朝食を抜くと、午前中の活動に必要なエネルギーが不足し、体温調節機能が低下しやすくなります。**必ず朝食を摂らせてから登校**させてください。

寝不足：睡眠不足は、体力の低下や自律神経の乱れにつながり、熱中症のリスクを高めます。**十分な睡眠時間を確保**できるよう、ご配慮をお願いいたします。

脱水状態：運動前や運動中は特に、こまめな水分補給が重要です。登校前には必ず水分を摂らせ、**水筒を持たせてください**。

運動会当日まで、子供たちが安全に練習に取り組め、最高の思い出となる一日を迎えられるよう、学校と家庭が一体となって取り組んでいきたいと考えております。

体操服へのゼッケンについて

昨年度12月に長崎市教育委員会より、「体操服・ジャージへのゼッケンの使用について」という依頼がありました。

校内へ不特定多数の人の出入りがある場面や校外において、氏名等の個人情報を公にしながら過ごす様子が見られる旨の市民の報告がされていたとのことです。

子供たちの安全のため、個人情報の保護については十分配慮すべきであると考え、各学校へゼッケンの表示の工夫や廃止を推奨することになりました。

なお、「推奨」ということなので、各学校の実情により、表示の工夫をしている学校もあります。市内全校撤廃という訳ではありません。

（加えて、中学校以上の「体操服・ジャージへのネーム」については、市教委からの依頼はございません。）

